



7月のほけんだより

令和5年7月1日発行
明照保育園
たんぼぼルーム



暑さの続く季節になりました。外あそびのときは、必ず帽子をかぶりましょう。
たくさん汗をかくと体力が消耗します。しっかり水分補給をすること、食べること、寝ることがとても大切です。かといって、食欲不振や、夏バテの原因につながる、冷たすぎる飲み物やアイスクリーム、糖分の多い飲み物には注意しましょう。

楽しいプール・水遊びをするために

水遊びやプールのある前日までに手足の爪切り、髪の毛の長い子はなるべく結びやすいように整えておきましょう。また、前日は入浴し、十分に睡眠をとり、当日は朝ご飯をしっかり食べることも大切です。

- とびひや水いぼはありませんか？
- 熱はありませんか？
(解熱後2日以上経っていますか?)
- 鼻水や咳は出ていませんか？
- 目やにや充血はありませんか？
- 中耳炎など耳の病気にかかっていますか？

夏かぜ

大人の夏かぜは症状が穏やかな場合が多いのですが、子どもの場合は症状が重くなる場合があります。プールを介して感染することが多い「プール熱」や、口内炎のできる「ヘルパンギーナ」、手・足・口に水ぼうがができる「手足口病」などは、子どもがかかりやすいウイルス性の夏かぜの代表格で、症状の変化に注意が必要です。高熱が出て嘔吐などが見られる時は、医療機関を受診しましょう。予防法は、冬場とあまり変わりません。部屋の乾燥を防ぎ、手洗いをしっかり行い、ビタミンCをしっかりとって規則正しい生活を心がけましょう。



6月は、未満児クラスで咳や鼻水を伴った発熱や、消化不良による軟便などの腹部症状が多くみられました。昨今、コロナ禍での感染症対策で抵抗力の弱い子どもたち。感染症の診断が出なくても、集団生活により拡がりやすくなっています。また、医師から登園可能と診断された場合でも、症状が落ち着かないうちに登園して、再度ぶり返してしまうこともあります。症状があるうちは元気に見えていても身体の未発達な子どもたちにとっては、とてもつらいものです。

園の方針として
☆発熱・嘔吐・軟便や下痢などの場合
症状がなくなって24時間経ってから登園可能
とさせていただきます。ご協力よろしくお願いします。
※便秘の為に下剤を内服している場合は、お知らせください。

目の病気がはやっていきます

目の症状が気になったら、こんな病気かも！？
どちらもアデノウイルスによる感染症です。感染力が強いのので注意が必要。早めに受診しましょう。

プール熱 (咽頭結膜熱)	流行性角結膜炎
症状 <ul style="list-style-type: none"> 発熱 (38℃以上) のどの痛み 目の充血 目やに、涙 ※熱は3~5日続く 	症状 <ul style="list-style-type: none"> 目の充血 目やに まぶたのはれ ※ひどくなると発熱や下痢を伴うことも

共通のケア

- 処方された目薬などを使う
- タオルなどの共有をしない
- 汚れた手で目をこすらない。よく手を洗う

眼科

~6月に発生した疾患~

- ☆発熱
- ☆咳/鼻水
- ☆軟便~下痢症状
- ☆アデノウイルス
- ☆目やに